



متمان، دیف اول دروغگویی کودکان

یکی از رایج ترین سوالات والدینی که متوجه دروغ گفتن های متعدد فرزندشان

می شوند، این است که چرا فرزندشان در این دام افتاده و باید چه واکنشی داشته باشند؟

صدیقه معدنی کارشناس ارشد روان شناسی	
محتوری	
<p>دروغ گفتن یکی از اولین علایمی است که نشان می دهد کودک شما در حال آگاهی پیدا کردن از احساسات و خواسته های دیگران است. آن ها کم کم متوجه می شوند که می توانند ذهن دیگران را با دروغ هایشان دستکاری کنند. تا حدود ۷ یا ۸ سالگی، بچه ها اغلب یک خط مبهم بین واقعیت و خیال می بینند و نمی دانند که واقعیت برای همیشه ثابت شده است. آن ها به ابرقهرمانان و توانایی آن ها در تغییر واقعیت ها اعتقاد دارند. بنابراین وقتی می گویند که این کار را انجام نداده اند، منظورشان این است که ای کاش این کار را نمی کردند و سعی می کنند آن را درست کنند. این بر عهده والدین است که بر اهمیت گفتن حقیقت تاکید کنند. کودکان لزوما نمی دانند که دروغ می تواند از جهات مختلف باعث آسیب شود. در ادامه از پیشگیری و چرای دروغگو شدن بعضی کودکان خواهیم گفت.</p>	

عوامل دروغ گفتن کودکان

کودک دروغگو گاهی اوقات دلایلی برای این رفتار خود دارد که آگاهی والدین از آن ها، می تواند در پیشگیری از اعتیاد فرزندشان به این رفتار اشتباه کمک بسیاری کند. در ادامه به تعدادی از رایج ترین آن ها اشاره خواهیم شد.

۱ رسیدن به منافع شخصی آگاهی دروغگویی کودک برای رسیدن به یک خواسته و منافع شخصی است. کودکان و نوجوانان گاهی برای منافع شخصی دروغ می گویند. به عنوان مثال: از فرزندتان می پرسید: «اتاق تو تمیز کردی ملیکا؟» او پاسخ می دهد: «آه ما مان، می توئم الان برم بیرون؟» سپس با عجله به سمت در می رود تا قبل از این که شما حتی متوجه شوید که جایی را تمیز نکرده است، از خانه خارج شود. او ممکن است همه چیز را زیر تخت و کمد ها پنهان د که هرگز بررسی نشود. منفعت شخصی

از دنیای روان شناسی

افزایش ۲ برابری ابتلا به اسکیزوفرنی با نگهداری گربه

پژوهشی جدید نشان می دهد که داشتن گربه و نگهداری از آن با افزایش خطر ابتلا به اسکیزوفرنی در ارتباط است. نتایج این پژوهش اثبات می کند که داشتن یک گربه خانگی خطر ابتلا به اسکیزوفرنی (یا شیزوفرنی) و اختلالات روانی مربوط به آن را دوبرابر می کند. با این حال، پژوهشگران هشدار می دهند که این ارتباط می تواند تحت تأثیر عوامل مشترک ناشناخته ای باشد و مطالعات بیشتری برای اثبات یک رابطه علت و معلولی لازم است.



نتیجه رسیده اند که داشتن گربه خانگی می تواند احتمال توسعه اختلالات مرتبط با

اسکیزوفرنی را افزایش دهد. اسکیزوفرنی یک اختلال جدی در مغز است که نحوه تفکر فرد، اعمال، بیان احساسات و همچنین در کواقعت فرد در اچار صدمه می کند.

تاریخچه ارتباط گربه با اسکیزوفرنی

این ارتباط نخستین بار در سال ۱۹۹۵ و با توجه به وجود یک انگل به نام توکسوپلازما گوندی در گربه ها مطرح شد. اما پژوهش ها از آن زمان نتایج متناقضی داشته اند. برخی پژوهش ها دریافته اند که تماس با گربه ها در کودکی می تواند احتمال توسعه اسکیزوفرنی را افزایش دهد. برخی از پژوهش ها هم تماس با گربه ها را با نمرات بالا در سنجش های اسکیزوفرنی و تجربیات روان پریشانه پیوند می دهند. تی. گوندی یک انگل عمدتاً بی ضرر است که می تواند از طریق آب آلوده یا گوشت کم پخته شده منتقل شود. گاز گربه یا تماس با مدفوع این حیوان هم می تواند تی. گوندی را منتقل کند. وقتی تی. گوندی وارد بدن شود، می تواند خود را به سیستم عصبی برساند و انتقال دهنده های عصبی را تحت تأثیر قرار دهد. پژوهشگران ابتلا به این انگل را به تغییرات شخصیتی، بروز علایم روان پریشی و برخی از اختلالات عصبی، از جمله اسکیزوفرنی، پیوند داده اند.

بچه ها بیشتر در خطرند

نویسندگان مقاله جدید می گویند که «یک ارتباط مثبت معنادار» بین داشتن گربه و توسعه اسکیزوفرنی پیدا کرده اند. اما باید در نظر داشت که بین ۱۷ مطالعه بررسی شده، ۱۵ مورد از آن ها مطالعه مورد شهادی بودند. این مطالعات نمی توانند رابطه علت و معلولی را اثبات کنند. همچنین عوامل مشترکی می توانند هم روی ابتلا به انگل و هم علایم اسکیزوفرنی تأثیر داشته باشند که در مطالعات مورد شهادی آشکار نمی شوند. همچنین نتایج این پژوهش نشان داد که ارتباط بین داشتن گربه و اسکیزوفرنی در سنین ۹ تا ۱۲ سال بیشتر است.

منبع: دیجیاتو به نقل از health.com

برای کودک در این مواقع یک راه فرار می سازد.

۳ اثبات خود به والدین خیلی وقت ها، والدین حتی متوجه نمی شوند که فرزند ان خود را مجبور به دروغ گفتن می کنند. آن ها اغلب فرزند ان خود را با دیگران مقایسه می کنند. این موضوع باعث می شود فرزند انشان بخوانند به والدین خود ثابت کنند که به همان اندازه خوب هستند و همین حس کمبود در نتیجه مقایسه می تواند علت دروغگویی کودک باشد.

۴ کمبود عزت نفس خیلی از اوقات فرزند شما از کمبود عزت نفس رنج می برد. کودک برای پوشاندن نقص هایی که در تصورش است به دیگران دروغ می گوید تا خود را فرد بهتری جلوه دهد. در این شرایط کودکان تمایل دارند داستان هایی را برای خود نمایی به دیگران بسازند و ثابت کنند که خیلی موفق هستند. حتی این دروغ ها ممکن است چیزی به سادگی دروغ گفتن به دوستان خود در مورد برنده شدن در یک بازی کامپیوتری باشد. در این مواقع، شما می توانید خیلی نامحسوس روش هایی را برای تقویت عزت نفس کودکان به کار بگیرید.

توصیه هایی به والدین برای پیشگیری از دروغگویی کودکان



کودکان در ۴ تا ۶ سالگی به دلایل سهوی یا عمدی دروغگویی را امتحان می کنند. اگر الگوی دروغگویی به هر دلیلی (جلب توجه پدر و مادر یا فرار از سختگیری های آن ها) تقویت شود، عدم صداقت کودک به سبک زندگی رایج او تبدیل می شود و می تواند به مشکلی مهم در تمام ابعاد زندگی فرد تبدیل شود. پس هم سختگیری و قوانین زیادی را حذف کنید و هم تشویق به راستگویی داشته باشید.

مواجهه مناسب با کودک دروغگو

اگر متوجه شدید که فرزندتان در باره مسئله ای به شما دروغ گفته است، عصبانیت خود را کنترل کنید و هیچ کار اوار دروغگو خطاب نکنید. کودک دروغگو باید متوجه شود که ماه هیچ وقت پشت ابر نمی ماند و دیر یا زود دیگران متوجه می شوند که او دروغ گفته است. به همین دلیل وقتی متوجه می شوید که دروغ گفته است، بلافاصله با او بفهمانید که متوجه رفتار اشتباه او شده اید. همچنین برای دروغ گفتن پیامدهایی در نظر بگیرید که جریمه او باشد. پیامدهای دروغگویی باید کوتاه مدت باشد (نه بیش از حد) که به کودک فرصتی دهد تا به انجام رفتار های بهتر باز گردد نه این که تمام مدت به احساس خشمش به والدین و رفتار ظالمانه شان فکر کند. برای مثال از دست دادن تلفن خود برای یک ساعت یا انجام مجدد تکالیف می تواند بر خود دهایی مناسب برای این نوع دروغگویی های کودک باشد. همچنین، بسته به شدت دروغ، شدت پیامد آن هم تغییر می کند. در پایان توجه داشته باشید که دروغ گفتن کودک ک مسئله مهمی است که باید حتما مورد توجه والدین قرار بگیرد. کودک دروغگو نباید به حال خود رها شود و حتما باید والدین به دنبال راه اصلی برای درمان این گونه رفتار های فرزند خود باشند تا او در بزرگسالی به این زذبله اخلاقی که کلید تمامی زشتی ها و بدی هاست، مبتلانشود.

اتاق مشاوره

بی ام و ۳ میلیاردی دارم اما حس می کنم مفید نیستم

دختری هستم ۲۰ ساله. وضع مالی پدرم خیلی خوب است. امروز تولدم در سال پیش، برایم بی ام و x۱ خرید که تقریبا ۳ میلیارد است اما احساس می کنم که موجود مفیدی نیستم. فقط دوست دارم آهنگ گوش بدم، قدم بزنم، با دوستانم بیرون بروم، کافه یا رستوران گردی و ... این سبک زندگی عیبی دارد؟	
دکتر نجمه عابدی متخصص روان شناسی بالینی	

مخاطب گرامی، هر فردی در زندگی خود تجربیات و تمایلات متفاوتی دارد و برای رسیدگی به خواسته ها و نیاز های خود، سبک زندگی خود را تعیین می کند. اگر برای شما قدم زدن، وقت گذراندن با دوستان تان و رفتن به کافه ها و رستوران ها اهمیت دارد، این یک سبک زندگی است که مزایا و معایبی دارد. **عواقب انتخاب های تان را بپذیرید** گفته اید که احساس مفید بودن نمی کنید، همان طور که می دانیم انسان ها از آذ هستند تا طبق میل خود زندگی کنند اما در عواقب انتخاب ها آزاد نیستند. شما آزاد هستید وقت خود را به موسیقی گوش دادن، قدم زدن، با دوستان تان وقت گذراندن و رفتن به کافه ها و رستوران ها بگذرانید اما نتیجه آن یعنی مفید نبودن دست شما نیست. در واقع، این احساس مفید نبودن می تواند ناشی از عوامل روان شناختی مختلفی باشد.

شاید بی ام و ۳ میلیاردی تان مقصر است

احساس مفید بودن مرتبط با ارزش گذاری و رشد فردی ماست. در برخی موارد، وجود منابع مالی فراوان ممکن است احساس مفید بودن را کم کند؛ زیرا فکر می کنید که می توانید همه چیز را به خوبی بخرید و در نتیجه دچار بی اعتنایی بشوید. اما فقط داشتن امکانات مالی و نیاز های مادی، خود به خود کمکی به احساس مفید بودن نخواهد کرد. پیدا کردن معنا، ارتباط های

موفقیت

رفتاری که کم هوش ها را الو می دهد!



جهان ما پر است از آدم های مختلف با سطح هوش متفاوت. تقریبا همه دوست دارند ادعا کنند که باهوش هستند اما گاهی افراد بسیار باهوش به راحتی این صفت را کسب نمی کنند. افراد کمتر باهوش عادت هایی دارند که باعث می شود به سرعت شناسایی شوند. در ادامه ۵ عادت را که کم هوش ها را از افراد باهوش جدا می کند، بررسی می کنیم.

۱- دیگران را به دلیل اشتباهات خود سرزنش می کنند

یک فرد باهوش، حرفه ای و اصیل هرگز اشتباهات خود را به گردن دیگران نمی اندازد؛ اما افراد باهوش پایین، تمایلی به قبول مسئولیت اشتباهات خود ندارند و ترجیح می دهند به جای خود، دیگران را سرزنش کنند. یک مطالعه عصب شناختی انجام شده توسط «جیسون اس. موزر» نشان داد که مغز افراد باهوش هنگام برخورد با اشتباهات واکنش متفاوتی نشان می دهد. در واقع افراد باهوش می دانند که اشتباهات فرصتی برای یادگیری و انجام بهتر در دفعات بعدی است.

۲- معتقدند همیشه حق با من است

نشانه بارز هوش، توانایی دیدن و درک مسائل از زوایای مختلف است. علاوه بر این، افراد باهوش همیشه ذهن خود را به روی اطلاعات و شاخص های جدید باز می کنند. در مقابل، افراد باهوش پایین با پافشاری بر دیدگاه خود، کاملاً بی توجه به استدلال های صحیح طرف مقابل، می توانند تا بدیک بحث را ادامه دهند. در روان شناسی به این «اثر دانینگ-کروگر» می گویند و زمانی اتفاق می افتد که افراد کم صلا حبت، خود توانایی هایشان را بیش از اندازه برآوردمی کنند و مهارت ها و هوش دیگران را دست کم می گیرند.

۳- به تعارضات با پر خاشگری واکنش نشان می دهند

البته، همه گاهی اوقات واقعا عصبانی می شوند. با این حال، برای افراد کم هوش، زمانی که اوضاع آن طور که می خواهند پیش نمی رود، پر خاشگری و عصبانیت یک واکنش معمول است. این افراد زمانی که احساس می کنند دیگر کنترل موقعیت را در حدی که می خواهند به دست ندارند،

نکته ها

چرا سرانجام بعضی زوج های عاشق

به طلاق ختم می شود؟



۱- نشانه های ناسازگاری را در ابتدای رابطه نادیده می گیرند.

۲- در باره موضوعات مهمی همچون مسائل مالی یا فرزند با یکدیگر اختلاف دارند.

۳- به یکدیگر در رسیدن به اهداف شان کمک نمی کنند.

۴- به مرور زمان تغییر کرده و باهم رشد نکرده اند.

۵- در زمان دعوا یکدیگر را تخریب می کنند.

۶- نمی توانند با یکدیگر راحت و صریح در باره نظرات خودشان صحبت کنند.

ما و شما	
<p>راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶ و تلگرام ۲۰۰۰۹۹۹۹</p>	

* مطلب افطاری در زندگی سلام رو دیدم و یک لحظه فکر کردم در آستانه ورود به ماه رمضان هستیم!

* مطلب «بهترین و بدترین خوراکی ها هنگام بیماری ها» در صفحه سلامت، جالب بود. در زمان بیماری باید مراقب باشیم که هر چیزی نخوریم تا حال مان بدتر نشود.

* آقایی که گفته خانم از سمیرا در سریال زخم کاری بدتر است، خیلی مراقب خودت باش چون باید جانت در خطر باشد. اون سمیرایی که من دیدم، همه را

به کشتن داد.

* زندگی سلام، می دونستی عید نوروز امسال با ماه رمضان همزمان شده؟ یعنی روز اول سال، همه باید روزه باشیم.

* به جای نشانه های دوستقلابی، از نشانه های دوست های واقعی بگویند که پیدا کردن شان در این دوره و زمانه خیلی سخت شده است.

* زندگی سلام، یک قطره بارون از اول پاییز تو شهر ما نیومده. بیاین همه دعا کنیم که خداوند باران رحمتش را از ما دریغ نکند.



زندگی سلام •
دوشنبه •
۲۰ آذر ۱۴۰۲ •
۲۷ جمادی الاول ۱۴۴۵ •
۱۱ دسامبر ۲۰۲۳ •
شماره ۲۵۹۹ •

خانواده و مشاوره